

健康・福祉・清掃の拠点が三栄町に誕生 2月24日(月)にオープンする 複合施設はこんなところ

1面でご案内した施設の概要を
紹介します。【☎ 問い合わせ】

四谷保健センター

乳幼児から高齢者までの健康づくりの拠点として、保健師・栄養士・歯科衛生士等が健康相談に応じるほか、地域の皆さんが気軽に健康の維持・増進に取り組める多様な講座を開催しています。

また、集会室(5室)・多目的室(1室)を貸し出します。

☎(3351)5161・☎(3351)5166

※保健センターの事業は、「広報しんじゅく」毎月5日号7面の「保健だより」でご案内しています。



四谷高齢者総合相談センター

高齢者が住み慣れた地域でその人らしく安心して暮らしていくことができるよう、医療・介護・介護予防・生活支援・権利擁護(成年後見制度等)などの観点から、総合的にご本人や家族を支援します。

☎(5367)6770・☎(3358)6922

新宿区社会福祉協議会東分室

区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)の分室として、四谷・笹筒町・榎町地域を担当します。社会福祉に関する総合相談やボランティア活動の支援、高齢者の見守り訪問などを実施します。

成年後見・地域福祉権利擁護事業の出張相談も行います(予約制)。

☎(3359)0051・☎(3359)0012

※2月24日(月)から。2月21日(金)までは区社会福祉協議会☎(5273)2941・☎(5273)3082へ。

新宿東清掃センター

ごみの収集と運搬、資源の分別回収、排出に関する相談・指導等を行い、地域の皆さんの清潔で快適な生活を確保します。

☎(3353)9471・☎(3353)9505

新宿区訪問看護ステーション

病気や障害のある方が、住み慣れた地域や家庭で自分らしく療養生活を送ることができるよう、定期的にご自宅を訪問して適切なサービスを提供し、在宅療養を支援します。

☎(5312)9925・☎(3226)2237

※2月24日(月)から。2月21日(金)までは☎(3208)2289・☎(3232)6708へ。

女性の**こころとからだの健康**を応援します

新設します 女性の健康支援センター

☎(3351)5161・☎(3351)5166

施設に新設する「女性の健康支援センター」は、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を過ごせるよう、世代に応じた健康づくりを応援する施設です。

女性の健康に関する知識と理解を深め、区民の皆さんが積極的に健康づくりに取り組めるよう支援し、健康度アップを目指します。

相談 できる

▶女性の健康専門相談

月経や更年期症状など婦人科系の症状でお悩みの方の相談に、女性の医師が応じます。事前予約制(2月と3月は7日に実施)。

▶女性の健康相談

保健師・栄養士・歯科衛生士が、こころやからだの悩みや日常生活で困っていることについてアドバイスします。



学べる

▶女性の健康セミナー

こころやからだの健康に関する講座や、リラクゼーション・体操・料理などの体験型プログラムを開催します。

▶女性の健康週間イベント

3月1日~8日の女性の健康週間に合わせて、毎年3月にイベントを開催します(今年は3月8日(土)に開催)。

▶体験・測定・情報コーナー

乳がん触診モデルを使った「しこり」の触知体験や、体組成計、血管年齢測定器などを利用した「からだ」のチェックができます。

また、健康に関する図書を備え、インターネットで情報収集もできます。

体験 できる

つながる

▶自主的な交流活動への支援

健康上の同じ課題を抱える方が集い、仲間づくりや情報交換を行うグループ活動を応援します。現在、乳がん体験者の会を開催しています。



オープニングセレモニー・女性の健康週間イベント

複合施設のオープンを記念するとともに、女性の健康週間に合わせてイベントを開催します。詳しくは、「広報しんじゅく」2月15日号でお知らせします。

3月8日(土)

家族介護者交流会
介護の悩みを話しませんか。高齢者を介護している方、介護を経験した方が対象です。当日直接、会場においでください(途中入退出自由)。
【日時・会場】▼ひととき/2月20日(木)午後2時~4時:特別養護老人ホームかしわ苑(北新宿3-27-16)
▼いっぶくの会/2月22日(土)午後1時30分~4時:特別養護老人ホーム聖母ホーム(中落合2-5-21)
▼フレンドズ/2月24日(月)午後1時30分~4時:介護老人保健施設デンマークイン 新宿(原町2-43)

福祉
【問合せ】高齢者福祉課高齢者相談係(本庁舎2階)☎(5273)4593へ。介護のため参加が難しい方にはデイサービス、ヘルパー派遣等の支援をします。
ぼれぼれアート展
新宿生活実習所「ぼれぼれ福祉園」は、区内在住の知的障害者の自立と社会参加を目的して活動しています。施設の利用者が、創作活動の成果を発表します。
【日時】2月17日(月)~3月3日(月)午前8時30分~午後5時(土・日曜日を除く。2月17日(月)は正午から、18日(火)・25日(火)は午後7時まで、3月3日(月)は午後1時まで)
【会場】区役所本庁舎1階ロビー

区立障害者福祉センター
そば打ち講座
【日時】2月26日(水)午後2時~4時
【対象】区内在住で障害のある方、10名(余裕がある場合は家族も参加できます)
【費用】利用料100円(減免制度あり)。別に材料費500円
【会場・申込み】2月15日(土)までに電話かファックス(4面記載例のほか障害名を記入)または直接、同センター(戸山1-22-2)☎(3232)3711(日曜日・祝日を除く)・☎(3232)3344へ。応募者多数の場合は抽選。

高額介護合算療養費等支給申請書をお送りします
医療保険・介護保険の両方を利用する世帯の負担が重くならないよう、8月~翌年7月の医療保険と介護保険の自己負担額の合計が高額になった場合に、限度額(下表)を超えた金額を払い戻します。
払い戻しには、事前に申請が必要です。25年7月31日現在、国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入し、高額医療・高額介護合算療養費の支給に該当すると思われる方には、2月下旬までに申請書を送ります。
今回お送りする申請書の対象期間は、24年8月~25年7月の12か月分です。自己負担額は、すでに払い戻されている高額療養費・高額介護(予防)サービス費を除いた金額が対象です。
◎該当する場合でも「24年8月~25年7月に新宿区に転入した方」「ほかの健康保険から国民健康保険・後期高齢者医療制度に変わった方」「亡くなった方」には申請書をお送りしない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
◎25年7月31日現在、国民健康保険、後期高齢者医療制度以外の保険(会社などの健康保険)に加入していた方は、各医療保険者へお問い合わせください。払い戻しの申請に必要な介護保険の自己負担額証明書は、介護保険課給付係(本庁舎2階)☎(5273)4176で発行します。
【申請・問合せ】▼国民健康保険:医療保険年金課国保給

●自己負担の限度額

所得の区分	加入している保険	後期高齢者医療制度と介護保険	国民健康保険と介護保険	
			70歳~74歳の方がいる世帯	70歳未満の方がいる世帯
現役並み所得世帯の方		67万円	67万円	126万円
一般世帯の方		56万円	56万円	67万円
住民税非課税等世帯の方	区分II	31万円	31万円	34万円
	区分I	19万円	19万円	

【問合せ】高齢者福祉課高齢者相談係(本庁舎2階)☎(5273)4593へ。介護のため参加が難しい方にはデイサービス、ヘルパー派遣等の支援をします。
【問合せ】新宿生活実習所☎(5222)5850・☎(5229)0620へ。
【問合せ】高齢者福祉課高齢者医療係☎(5273)4562(いずれも本庁舎4階)へ。